

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian menggunakan metode kuantitatif, dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan variabel yang diteliti (Azwar, 2013). Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasional. Teknik korelasional peneliti dapat mengetahui ada atau tidaknya hubungan pada dua atau beberapa variabel. Besarnya atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini, peneliti ingin menghubungkan dua variabel yaitu, Stres (X) dengan *Psychological Well-Being* (Y) pada penderita diabetes.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Variabel Independen (X) : Stres

Variabel Dependen (Y) : *Psychological Well-Being*

C. Definisi Operasional

1. Stres adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan yang memberikan tekanan pada fisik dan psikologis yang disebabkan karena perubahan yang terjadi pada diri. Stres akan diukur melalui skala stres yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan aspek-aspek dari Sarafino dan Smith (2011) yaitu biologis, dan psikososial yang terdiri dari kognitif, emosi dan

sosial. Skor yang didapat dari skala ini menunjukkan tingkat stres yang dirasakan, semakin tinggi skor yang didapat, maka semakin tinggi pula stres yang dirasakan penderita diabetes. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah pula stres yang dirasakan.

2. *Psychological Well-Being* adalah suatu evaluasi individu terhadap dirinya sendiri untuk dapat merasa bahagia, menilai dirinya sendiri, mampu menerima keadaan dirinya, mampu membangun hubungan interpersonal yang baik, mampu mengaktualisasikan dirinya, mempunyai tujuan hidup yang jelas, dan memiliki rasa pertumbuhan serta pengembangan pada dirinya. PWB akan diukur dengan menggunakan skala yang telah disusun oleh Ryff (1995) dan dimodifikasi oleh peneliti, dengan dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan tujuan hidup yang jelas, dan pertumbuhan pribadi. Skor yang didapat akan menunjukkan tingkat PWB pada penderita diabetes, semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi pula PWB yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapat maka semakin rendah pula PWB yang dimiliki.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Arikunto (2010) menyatakan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Idrus (2009) menyatakan bahwa cara populasi dilakukan dengan pengambilan subjek penelitian yang meliputi keseluruhan populasi yang ada. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita diabetes yang berobat di Puskesmas Harapan Raya.

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Jika subjeknya kurang dari 100 orang maka sebaiknya pengambilan subjek diambil semuanya, jika subjeknya besar atau lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih (Arikunto, 2010).

Subjek dalam penelitian ini adalah beberapa penderita diabetes yang berobat di Puskesmas Harapan Raya. Data yang didapatkan bahwa terdapat 68 penderita diabetes yang berobat di Puskesmas Harapan Raya. Tetapi dalam penelitian ini, peneliti hanya dapat mengumpulkan 31 penderita diabetes. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam mengambil subjek adalah *purposive sampling*. Penggunaan *purposive sampling* di karenakan peneliti telah memiliki pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam pengambilan sampel (Idrus, 2009). Pertimbangan-pertimbangan sampel yang akan diteliti sebagai berikut:

- a. Telah menderita diabetes minimal selama 6 bulan.
- b. Berusia di atas 40 tahun.
- c. Tercatat sebagai pasien di Puskesmas Harapan Raya.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Stres

Dalam penyusunan skala stres pada penderita diabetes, peneliti menggunakan teori dari Sarafino dan Smith (2011) dengan aspek sebagai berikut: aspek biologis, aspek psikososial yang terdiri dari emosi, kognitif, dan sosial. Penilaian untuk pernyataan *favourable* dengan ketentuan sebagai berikut: Selalu (SL)=4, Sering (SR)=3, Jarang (J)=2, Tidak Pernah (TP)=1. Sedangkan penilaian pernyataan *unfavourable* diberi ketentuan sebagai

berikut: Tidak Pernah (TP)=4, Jarang (J)=3, Sering (SR)=2, Selalu (SL)=1.

Berikut rincian tabel *blue print* skala stres untuk *try out*:

Tabel 3.1
Blue Print Skala Stres (untuk Try Out)

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Biologis	Jantung berdetak lebih cepat, mudah lelah, lemas serta otot lengan dan kaki gemetar.	2, 5, 10, 16, 18, 23	-	6
2.	Kognitif	Daya ingat lemah, susah untuk berkonsentrasi, sulit untuk memecahkan masalah.	3, 9, 14	6	4
3.	Emosi	Perasaan cemas, sedih, depresi, mudah tersinggung, takut, putus asa dan marah.	1, 8, 11, 13, 17, 20, 24	22	8
4.	Sosial	Kurang dapat bersosialisasi, bersikap tidak suka dengan orang lain, dan tidak sensitif terhadap kebutuhan orang lain.	4, 7, 12, 15, 21	19	6
Jumlah			21	3	24

*Keterangan: F untuk *favourable* dan UF untuk *unfavourable*

2. *Psychological Well-Being*

Teori yang digunakan dalam menyusun skala ini adalah teori Ryff (1995) dengan mengukur penilaian individu terhadap penerimaan dirinya, hubungan positif orang lain, otonominya, penguasaan lingkungan, tujuan hidup serta pertumbuhan dirinya, dan skala ini telah dimodifikasi oleh peneliti. Aitem-aitem yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 42 aitem. Penilaian untuk pernyataan *favourable* dengan ketentuan sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS)=5, Sesuai (S)=4, Agak Sesuai (AS)=3, Tidak

Sesuai (TS)=2, Sangat Tidak Sesuai (STS)=1. Sedangkan penilaian pernyataan *unfavourable* diberi ketentuan sebagai berikut: Sangat Tidak Sesuai (STS)=5, Tidak Sesuai (TS)=4, Agak Sesuai (AS)=3, Sesuai (S)=2, Sangat Sesuai (SS)=1. Rinciang tabel *blue print* skala PWB untuk *try out* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3.2
Blue Print Skala PWB (untuk *Try Out*)

No.	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan diri, menerima masa lalunya yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, menerima segala bentuk kegagalan serta keberhasilan, serta terhindar dari perasaan kecewa.	2, 7, 14, 21	29, 30, 37	7
2.	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang, hangat saling mempercayai dan peduli, empati serta afeksi.	1, 13, 15, 20	28, 36, 40	7
3.	Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku sendiri, mampu menentukan nasib, mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, tahan terhadap tekanan sosial serta mampu mengevaluasi diri.	3, 8, 12, 19	22, 27, 35	7
4.	Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan dan lingkungan.	6, 9, 18, 23	26, 34, 39	7
5.	Tujuan Hidup	Memiliki tujuan hidup dan arah kehidupan yang baik, memiliki arah hidup.	4, 11, 16	25, 33, 38, 41	7
6.	Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri serta memiliki minat.	5, 10, 17	24, 31, 32, 42	7

Jumlah**42***Keterangan: F untuk *favourable* dan UF untuk *unfavourable***F. Uji Coba Alat Ukur**

Uji coba alat ukur (*try out*) dilakukan kepada sejumlah penderita diabetes dengan jumlah 62 orang. Alat ukur yang diuji cobakan adalah skala stres dan skala PWB. Skala PWB terdiri dari 42 aitem yang mencakup 6 dimensi dan skala stres terdiri dari 24 aitem yang mencakup 4 aspek. Uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur, sehingga aitem-aitemnya layak untuk digunakan dan benar-benar mengukur apa yang akan diukur. Waktu pelaksanaan uji coba alat ukur ini dimulai dari tanggal 2 Januari 2015 sampai dengan tanggal 5 Februari 2015.

G. Validitas Skala, Indeks Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas**1. Validitas Skala**

Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas tes sebagai instrumen ukur. Konsep validitas mengacu kepada kelayakan, kebermanaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2012).

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi (*content validity*). Azwar (2012) mengatakan bahwa validitas isi adalah validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *profesional judgment*. Validitas isi akan menunjukkan sejauh mana aitem-aitem dalam alat ukur mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur.

2. Indeks Daya Beda Aitem

Indeks daya beda aitem merupakan koefisien yang menunjukkan bahwa fungsi aitem selaras dengan fungsi tes. Aitem yang memiliki indeks daya beda yang baik merupakan aitem yang konsisten karena mampu menunjukkan perbedaan antar subjek pada aspek yang diukur dengan skala bersagkutan (Azwar, 2012). Daya beda aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012).

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-total, biasanya digunakan batasan koefisien korelasi aitem total lebih besar dari atau sama dengan 0,30. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan (Azwar, 2012). Pada penelitian ini peneliti menyatakan aitem valid jika memenuhi batasan 0,30. Indeks daya beda aitem dilihat menggunakan bantuan komputerisasi *Statistical of Package for Social Sciences (SPSS) 18.0 for windows*.

Pada skala stres terdapat 3 aitem yang gugur dengan koefisien korelasi total berkisar antara 0,383 sampai 0,790. Rinciannya dapat dilihat pada tabel 3.3:

Tabel 3.3*Blue Print Skala Stres (Hasil Try Out)*

Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jlh
		F Valid	F Gugur	UF Valid	UF Gugur	
Biologis	Jantung berdetak lebih cepat, mudah lelah, lemas serta otot lengan dan kaki gemetar.	2, 5, 10, 16, 23	18	-	-	5
Kognitif	Daya ingat lemah, susah untuk berkonsentrasi, sulit untuk memecahkan masalah.	3, 9, 14	-	-	6	3
Emosi	Perasaan cemas, sedih, depresi, mudah tersinggung, takut, putus asa dan marah.	1, 8, 11, 13, 17, 20, 24	-	22	-	8
Sosial	Kurang dapat bersosialisasi, bersikap tidak suka dengan orang lain, dan tidak sensitif terhadap kebutuhan orang lain.	4, 7, 12, 15, 21	-	-	19	5
Jumlah		20	1	1	2	21

*Keterangan: F untuk *favourable*, UF untuk *unfavourable* dan Jlh untuk jumlah.

Dari tabel di atas terlihat bahwa terdapat 3 aitem yang gugur. Aitem yang layak untuk penelitian berjumlah 21 aitem. *Blue print* skala stres yang baru untuk penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3.4:

Tabel 3.4*Blue Print* Skala Stres (untuk Penelitian)

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Biologis	Jantung berdetak lebih cepat, mudah lelah, lemas serta otot lengan dan kaki gemetar.	2, 5, 9, 15, 20	-	5
2.	Kognitif	Daya ingat lemah, susah untuk berkonsentrasi, sulit untuk memecahkan masalah.	3, 8, 13	-	3
3.	Emosi	Perasaan cemas, sedih, depresi, mudah tersinggung, takut, putus asa dan marah.	1, 7, 10, 12, 16, 17, 21	19	8
4.	Sosial	Kurang dapat bersosialisasi, bersikap tidak suka dengan orang lain, dan tidak sensitif terhadap kebutuhan orang lain.	4, 6, 11, 14, 18	-	5
Jumlah			20	1	21

*Keterangan: F untuk *favourable* dan UF untuk *unfavourable*

Selanjutnya pada skala PWB terdapat 14 aitem yang gugur dengan koefisien korelasi total berkisar 0,311 sampai 0,724. Rinciannya dapat dilihat pada tabel 3.5:

Tabel 3.5*Blue Print Skala PWB (Hasil Try Out)*

Aspek	Indikator	Nomor Aitem				Jlh
		F Valid	F Gugur	UF Valid	UF Gugur	
Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan diri, menerima masa lalunya yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, menerima segala bentuk kegagalan serta keberhasilan, serta terhindar dari perasaan kecewa.	7, 14,	2, 21	29, 30, 37	-	5
Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang, hangat saling mempercayai dan peduli, empati serta afeksi.	15	1, 13, 22	28, 36, 40	-	4
Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku sendiri, mampu menentukan nasib, mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, tahan terhadap tekanan sosial serta mampu mengevaluasi diri.	8, 12, 19	3	27	22, 35	4
Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan dan lingkungan.	-	6, 9, 18, 23	26, 34, 39	-	3
Tujuan Hidup	Memiliki tujuan hidup dan arah kehidupan yang baik, memiliki arah hidup.	4, 11, 16	-	25, 33, 38	41	6
Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri serta memiliki minat.	5, 10, 17	-	31, 32, 42	24	6
Jumlah		12	10	16	4	28

*Keterangan: F untuk *favourable*, UF untuk *unfavourable* dan Jlh untuk jumlah.

Dari tabel 3.5 terlihat bahwa terdapat 14 aitem yang gugur. Aitem yang layak untuk penelitian berjumlah 28 aitem. *Blue print* skala PWB yang baru untuk penelitian yang dapat dilihat pada tabel 3.6 :

Tabel 3.6
Blue Print Skala PWB (untuk Penelitian)

No.	Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah
			F	UF	
1.	Penerimaan Diri	Menerima kelebihan dan kekurangan diri, menerima masa lalunya yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, menerima segala bentuk kegagalan serta keberhasilan, serta terhindar dari perasaan kecewa.	3, 8	17, 18, 24	5
2.	Hubungan Positif dengan Orang Lain	Hubungan yang, hangat saling mempercayai dan peduli, empati serta afeksi.	9	16, 23, 27	4
3.	Otonomi	Mengatur hidup dan tingkah laku sendiri, mampu menentukan nasib, mampu menentukan keputusan bagi dirinya sendiri, tahan terhadap tekanan sosial serta mampu mengevaluasi diri.	4, 7, 12	15	4
4.	Penguasaan Lingkungan	Kemampuan menata kegiatan dan lingkungan.	-	14, 22, 26	3
5.	Tujuan Hidup	Memiliki tujuan hidup dan arah kehidupan yang baik, memiliki arah hidup.	1, 6, 10	13, 21, 25	6
6.	Pertumbuhan Pribadi	Kemampuan beradaptasi terhadap perubahan, mengembangkan potensi diri serta memiliki minat.	2, 5, 11	19, 20, 28	6
Jumlah			12	16	28

*Keterangan: F untuk *favourable* dan UF untuk *unfavourable*

3. Reliabilitas

Azwar (2012) menjelaskan bahwa reliabilitas mampu menghasilkan data yang reliabel dan suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas mengacu pada keterpercayaan, keterandalan, keajegan, konsistensi, kestabilan. Untuk mengetahui koefisien reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan komputasi program *SPSS*.

Koefisien reliabilitas berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilita dan begitu sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2012). Uji reliabilitas dalam penelitian dilakukan menggunakan bantuan komputerisasi *Statistical of Package for Social Sciences (SPSS) 18.0 for windows*.

Setelah melakukan uji reliabilitas diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,887 untuk skala PWB. Koefisien reliabilitas skala stres adalah sebesar 0,925. Dengan demikian skala stres dan PWB dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian.

H. Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Korelasi *Pearson* merupakan analisis statistik yang menyatakan derajat hubungan linier antara dua variabel atau lebih yang digunakan untuk data interval (Arikunto, 2010). Tujuan teknik ini adalah untuk mencari hubungan antara variabel Stres (X) dengan variabel *Psychological Well*

Being (Y). Teknik analisis data ini menggunakan bantuan program *SPSS 18.0 for Windows*.

I. Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan di Puskesmas Harapan Raya. Berikut rincian jadwal penelitian pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.7

Jadwal Penelitian

No.	Jenis Kegiatan	Tanggal Pelaksanaan
1.	Seminar Proposal	3 Desember 2014
2.	Perbaikan Proposal	29 Desember 2014
3.	Uji Coba (<i>Try Out</i>)	2 Januari – 5 Februari 2015
4.	Penelitian	12 Februari – 23 Maret 2015
5.	Pengolahan Data Hasil Penelitian	27 Maret 2015
6.	Seminar Hasil	6 Mei 2015
7.	Ujian Munaqasah	11 Juni 2015